

நோன்பின் அடிப்படை அம்சங்கள்

- 1 விடியற்காலையிலிருந்து சூரிய அஸ்தமம் வரையில் நோன்பை முறக்கும் செயல்களான உணவு உட்கொள்ளாதல், எதையும் பருகாதல் மற்ற அனைத்துத் தேவைகளிலிருந்தும் விலகியிருத்தல்.
- 2 **நிய்யத்து** மற்ற வணக்க வழிபாடுகளில் நிய்யத்து எவ்வாறு நிபந்தனையாக இருக்கின்றதோ அதே போன்று நேன்பிலும் அது ஒரு நிபந்தனையாகவே உள்ளது. அந்த நிபந்தனையானது, அல்லாஹ்வின் கட்டளைகளுக்குக் கிழ்ப்படியும் வகையிலும் அவனுடைய திருப்பொருத்தத்தை நாடியும் நோன்பு நோற்கும் நிய்யத்தினைச் செய்துகொள்ளாதல். பொழுது விடிவதற்கு முன்பாக ஒவ்வொரு நாளும் இதற்கான நிய்யத்து செய்துகொள்ளவேண்டும் அல்லது துவக்கத்திலேயே மாதம் முழுவதற்குமான நிய்யத்து ஒரே தடவையாக செய்துகொள்ளவேண்டும்.

நோன்பின் ஒழுக்கங்களும் விரும்பத்தக்க விஷயங்களும்

நோன்பிற்கான பல்வேறு ஒழுக்க முறைகளும் விரும்பத்தக்கவைகளும் உள்ளன, அவற்றுள் முக்கியமானவை கீழ்வருமாறு:

- 1 **சஹ்ரு செய்தல்** இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறுகிறார்கள்:

تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السَّحْرِ بَرَكَةً

பொருள்: சஹ்ரு செய்துகொள்ளுங்கள், ஏனெனில், சஹ்ரு செய்துகொள்வதில் பரக்கத்து (அல்லாஹ்வின் அருள்) இருக்கின்றது (புக்ஹாரி, முஸ்லிம்). சஹ்ரு செய்வதில் இதற்கான இறுதி நேரம் வரையிலும் பிந்தச்செய்வது சிறந்தது. ஆனால், அதற்கான நேரம் முடிந்துவிட்டதா என்று அச்சப்படும் அளவிற்கு தள்ளிப்போடக்கூடாது. இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறுகிறார்கள்: எந்த நேரத்தைக் கணக்கிடுவதில் சந்தேகத்திற்கு இடம் உள்ளதோ அதனைத் தவிர்த்துவிட்டு எதில் சந்தேகமில்லையோ அதனையே தேர்ந்தெடுங்கள் (புக்ஹாரி). சஹ்ரு கட்டாயம் செய்யவேண்டும், சிறிதளவாயினும் சரியே, அது ஒரு வாயளவு தண்ணீரானாலும் சரி.

- 2 **சூரியன் அஸ்தமமானபின் நோன்பு திறப்பதில் விரைதல்** இறைத் தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறுகிறார்கள்:

لَا يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا عَجَّلُوا الْفِطْرَ

பொருள்: எதுவரை மக்கள் நோன்பு திறப்பதில் முந்திக்கொள்வார்களோ அதுவரை அவர்கள் நன்மையைப் பெற்றுக்கொண்டிருப்பார்கள் (புகஹாரி, முஸ்லிம்). பழுத்தப் பேரீத்தம்பழத்தினால் (ரதிப்) நோன்பு திறப்பது சிறந்ததாகும், இல்லையெனில், உலர்ந்த பேரீத்தம்பழத்தினால் (தமர்) நோன்பு திறக்கலாம். அதுவும் கிடைக்கவில்லையென்றால் பாலைக்கொண்டு நோன்பு திறக்கலாம், பால் கிடைக்கவில்லையென்றால் தண்ணீரைக்கொண்டு நோன்பு திறக்கலாம் அல்லது எது கிடைக்கின்றதோ அதனைக்கொண்டு நோன்பு திறக்கலாம். (அல்லாஹ் பாதுகாப்பானாக) எதுவுமே கிடைக்காதுபோனால் நோன்பு திறக்கும் நிய்யத்து செய்துகொள்ளவேண்டும். இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறுகிறார்கள்:

إِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ صَائِمًا، فَلْيُفِطِرْ عَلَى التَّمْرِ، فَإِنْ لَمْ يَجِدِ التَّمْرَ، فَعَلَى الْمَاءِ فَإِنَّ الْمَاءَ طَهُورٌ

பொருள்: உங்களில் எவரும் நோன்புடன் இருந்தால், அவர் ஒரு பேரீத்தப்பழத்தைக்கொண்டு நோன்பைத் திறக்கவேண்டும், அது கிடைக்காத நிலையில் தண்ணீரைக்கொண்டு நோன்பைத் திறக்கலாம், ஏனெனினில், தண்ணீர் சுத்தமானதாகும் (அபூ தாவூத், திர்மிதி, இப்னு மாஜா). பேரீத்தப்பழத்தைக்கொண்டு நோன்பைத் திறப்பதானால் அது ஒற்றைப் படையாக இருப்பது விரும்பத்தக்கது, அதாவது, நோன்பு திறப்பதற்காக மூன்று, அல்லது ஐந்து அல்லது ஏழு பேரீத்தப்பழங்களை கொண்டு திறக்கவேண்டும், ஏனெனில், ஒரு நபிமொழியில் கூறப்பட்டுள்ளது, இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் தொழுகைக்கு முன்பாக சில பேரீத்தப்பழங்களைச் சாப்பிடுவது வழக்கம் அல்லது தண்ணீரையே குடிப்பது வழக்கமாக இருந்தது. (அபூ தாவூத், அஹ்மத்).

- 3** **நோன்பு திறக்கும்போது துஆ செய்தல்** இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறியதாக அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது, நோன்பு திறக்கும் நேரத்தில் நோன்பாளியின் துஆ மறுக்கப்படுவதில்லை (இப்னு மாஜா). இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் வாயிலாகக் கிடைத்த இதற்கான ஒரு துஆ கீழ்வருமாறு:

اللَّهُمَّ لَكَ صُومْتُ، وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

பொருள்: அல்லாஹ்வே, நான் உனக்காகவே நோன்பு நோற்றேன், நீ அளித்தவற்றைக்கொண்டே நோன்பைத் திறக்கிறேன் (அபூ தாவூத்). இந்த துஆவும் உண்டு:

ذَهَبَ الظَّمَاُ وَابْتَلَّتِ العُرُوقُ، وَنَبَتَ الأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللّهُ

பொருள்: தாகம் தணிந்துவிட்டது, நரம்புகளும் நனைந்துவிட்டன, இதற்கான பிரதிபலனும் உறுதியாகிவிட்டது, அல்லாஹ் நாடினால் (இன்ஷா அல்லாஹ்) (அபூ தாஹித்).

- 4 **தேவையற்ற வீணான விஷயங்களிலிருந்து ஒருவர் தன்னை விலக்கிக்கொள்வது** உதாரணமாக, புறம் பேசுதல், கோள்மூட்டுதல், பொய்ப்பேசுதல், ஒருவரையொருவர் சபித்தல், பழித்தல், கேளிக்கை விளையாட்டுகளில் காலங்கழித்தல், சுற்றித்திரிதல் ஆகியன. இந்த செயல்கள் அனைத்துமே முறையற்ற மற்றும் ஹராமானவைகளாகவே உள்ளன. நோன்பு நோற்பவர்கள் இவற்றிலிருந்து கட்டாயம் தம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்வது மிகவும் இன்றியமையாததாகும்.
- 5 **தராவீஹ் தொழுகை மற்றும் தஹஜ்ஜுத் தொழுகையைப் பேணுதலுடன் நிறைவேற்றுகல்** இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் கூறுகிறார்கள்: எவர் ஒருவர் ரமஜ்தான் மாதத்தில் ஈமான் கொண்டுள்ள நிலையில் அல்லாஹ்விடமிருந்து பிரதிபலனை எதிர்ப்பார்த்தவராக இரவுகளில் தொழுகையை நிறைவேற்றுவாரோ அவருடைய முந்தைய பாவங்கள் அனைத்தும் மன்னிக்கப்பட்டுவிடுகின்றன. (புக்ஹாரி, முஸ்லிம்). தராவீஹ் தொழுகையுடைய நேரம் இஷா தொழுகைக்குப்பிறகு ஃபஜ்ரு தொழுகை வரையிலும் இருக்கும்.
- 6 **தன் வீட்டார், உறவினர்களுக்காக தாராளமாகச் செலவு செய்தல், உறவினருடன் நல்லுறவு கொண்டிருத்தல், மிக அதிகமாகவே ஸதஃகா கொடுத்தல்** ஒரு நபிமொழியில் கூறுப்பட்டுள்ளது, இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் மிகவும் கொடைப்பண்புடையவர்களாக இருந்தார்கள், அவர்களுடைய ﷺ கொடை ரமஜ்தான் மாதத்தில் ஜிப்ரீல் (அ) அவர்கள் அவர்களைச் ﷺ சந்திக்க வரும்போது அது பன்மடங்காக அதிகரித்துவிடும் (புக்ஹாரி, முஸ்லிம்).
- 7 **கல்வீ கற்றல், திருக்ஃகுர்ஆன் ஒதுதல் மற்றும் அதன் பொருளைத் தெரிந்து கொள்ள முயற்சித்தல்** ஆகிய பல நல்ல காரியங்களில் ஈடுபடுதல்
- 8 **இஃதிகாஃப், குறிப்பாக ரமஜ்தான் மாதத்தின் கடைசி பத்து நாட்களில் மேற்கொள்ளுகல்** இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் ரமஜ்தான் மாதத்தின் கடைசி பத்து நாட்கள்வந்தவுடன் முழுமையாகத்தயாராகிவிடுவார்கள், இரவுகளில் தாமும் விழித்திருப்பார்கள், தன்னுடைய வீட்டாரையும் விழித்திருக்குமாறு அறிவுறுத்துவார்கள். (புக்ஹாரி, முஸ்லிம்).

நோன்பில் மக்ரூஹானவை (விரும்பத்தகாத விஷயங்கள்)

- 1 **தொடர் நோன்பு (ஸவ்முல்விஸால்) இரண்டு நாட்கள் தொடர்ந்து ஒன்றும் சாப்பிடாமல் மற்றும் பருகாமல் நோன்பைத் தொடர்வது.**
- 2 **உடலுறவின் முன்னோடிகளான முத்தமிடுதல், அணைத்தல் ஆகியன அதனை கற்பனையான சிந்தனைகளால் இருந்தாலும் சரி**
- 3 **அழகு அலங்காரப் பொருட்களை அதிக அளவில் பயன்படுத்துவது அவை அனுமதிக்கப்பட்டவைகளாக இருப்பினும் சரியே, உதாரணமாக: அதிகமாக நறுமணம் பூசிக்கொள்ளுதல்.**
- 4 **தேவையில்லாமல் சமைக்கப்படும் உணவை ருசீத்துப்பார்த்தல்**

நோன்பில் அனுமதிக்கப்பட்ட விஷயங்கள்

- 1 **குளித்தல் அல்லது நீராடுதல் ஒரு முறை இறைத்தூதர் ﷺ அவர்கள் மிகக் கடுமையான வெப்பத்தின் காரணமாக அவர்களுக்கு ﷺ தாகம் ஏற்பட்டது, அதனால், தன்னுடைய தலையின்மீது தண்ணீரைத் தெளித்துக்கொண்டார்கள் (அபூ தாவூத், அஹ்மத்).**
- 2 **கண்களில் சுர்மா இடுதல்**
- 3 **குருதி வடிப்பு இது ஒரு சிகிச்சைக்காக செய்யப்பட்டால் மட்டும், ஊட்டத்திறாக இருக்கக்கூடாது.**
- 4 **எச்சில் விழுங்குதல்**
- 5 **மிஸ்வாக் செய்தல்**

* * *